

# INHALT

<b>VORWORT VON DR. RUEDIGER DAHLKE</b> .....	15
<b>DANKSAGUNG</b> .....	20
<b>AUF EIN WORT</b> .....	22
<b>DENKANSTÖSSE</b> .....	25
<b>EXTREM GEFÄHRLICHER COCKTAIL</b> .....	27
<b>WEM GEHÖRT DAS WASSER?</b> .....	29
„WASSER IST KEIN MENSCHENRECHT“ .....	30
DAS RECHT DES STÄRKEREN .....	31
NESTLÉGATE.....	36
IN GUTER GESELLSCHAFT.....	37
DAS MILLIARDENGESCHÄFT MIT WASSER.....	38
AUSVERKAUF AUF RATEN.....	39
DER WOLF IM SCHAFSPELZ.....	41
LATEINAMERIKA SPIELT NICHT MIT.....	42
<b>DIE DIKTATUR DER MÄCHTIGEN</b> .....	45
DIE INDUSTRIE TREIBT DIE FORSCHER VOR SICH HER.....	45
„KEINE EINFLUSSNAHME!“ .....	46
EUFIC: „INHALTLICH KORREKT UND WAHR“ .....	48
LEBENSMITTELBRANCHE WILL SICH SELBST BEAUFSICHTIGEN.....	50
HEUTE EIN GESETZ VERABSCHIEDEN, MORGEN DAVON PROFITIEREN.....	51
DIE EINFLÜSTERER: 40 LOBBYISTEN PRO EU-PARLAMANTARIER.....	52
EINMAL RÜGEN – ZACK?.....	53
VERGIFTUNG MIT BEIHILFE DER BEHÖRDEN.....	55
DAS AUS FÜR LOBBYRADAR.....	59
INFORMATION ODER BEEINFLUSSUNG? .....	59
UNABHÄNGIGER JOURNALISMUS.....	61

<b>WO BLEIBT DER AUFSCHREI DER MASSESN? DER JOURNALISTEN?</b> .....	62
<b>ARGLISTIGE TÄUSCHUNG ODER LISTIGE WERBUNG?</b> .....	69
<b>VERBRAUCHER ERWARTEN KEINE EHRlichkeit</b> .....	69
<b>EDELWASSER AUS DEM WASSERHAHN</b> .....	70
<b>TÄUSCHUNG AUF KOSTEN VON KINDERN</b> .....	70
<b>SELBSTVERPFLICHTUNG FUNKTIONIERT NICHT</b> .....	71
<b>KELLOGG'S RÜCKT ZUCKER INS RECHTE LICHT</b> .....	72
<b>WUNDERBARE WANDLUNG</b> .....	73
<b>VOLLE PULLE DANEBEN</b> .....	74
<b>DIE NEUE LEBENSMITTELKENNZEICHNUNG HILFT</b> .....	76
<b>MASSENPSYCHOLOGIE VOM FEINSTEN</b> .....	77
<b>GRENZWERTE – WAS NICHT PASST, WIRD PASSEND GEMACHT</b> .....	81
<b>NITRAT: INDIKATOR FÜR GESAMTBELASTUNG</b> .....	81
<b>WASSER IN NOT</b> .....	82
<b>„MUNTERMACHER“</b> .....	84
<b>BISPHENOL-A: AUS EINS MACH FÜNF</b> .....	84
<b>PESTIZIDE: IN DER SUMME HARMLOS?</b> .....	85
<b>GLYPHOSAT: PESTIZID IN MUTTERMILCH</b> .....	85
<b>BEI ATOMUNFALL: GRENZWERTE LOCKERN!</b> .....	87
<b>LEITFÄHIGKEIT: LANGE LEITUNG BEI BEHÖRDEN</b> .....	87
<b>AROMEN – APPETITVERDERBER AUS DER TRICKKISTE</b> .....	89
<b>DISKRETIION EHRENSACHE</b> .....	90
<b>AUS EKLIIG MACH LECKER</b> .....	91
<b>ACETALDEHYD: DER UNTERSCHÄTZTE KREBSRISIKOFAKTOR</b> .....	93
<b>MENSCHENHAAR UND SCHWEINEBORSTEN</b> .....	94
<b>UMERZIEHUNG IN RATEN</b> .....	94
<b>WIE GEFÄHRlich SIND AROMEN?</b> .....	97
<b>NICHTZUTATEN – ZUTATEN UNDERCOVER</b> .....	99
<b>ES GIBT VIEL ZU TUN – PACKEN WIR'S REIN</b> .....	99

FRAGEN ÜBER FRAGEN.....	102
TRICKSEREIEN OHNE ENDE.....	103
<b>ALUMINIUM – NERV TÖTENDER ALLTAGSBEGLEITER.....</b>	<b>104</b>
ALUMINIUM IST OMNIPRÄSENT.....	105
ALZHEIMER DURCH ALUMINIUM?.....	108
„UNABHÄNGIGE“ FORSCHUNG.....	109
AUSLEITUNG MIT SILIZIUM.....	111
<b>FARBSTOFFE – BUNTE WELT, GEFÄHRLICHE WELT.....</b>	<b>113</b>
KREBSGEFAHR: AZOFARBSTOFFE.....	114
KREBSGEFAHR: ZUCKERKULÖR.....	115
ALLERGIE- UND ANDERE POTENZIALE.....	115
EIN LANZE FÜR BETA-CAROTIN.....	116
<b>GESCHMACKSVERSTÄRKER – HELFER IN DER NOT.....</b>	<b>118</b>
GLUTAMAT: VERSTECKTER DICKMACHER.....	118
<i>Gesundheitsgefahren – Mythen und Fakten.....</i>	<i>119</i>
<i>Wer kein Glutamat will .....</i>	<i>122</i>
DINATRIUM- UND CALCIUM-5'-RIBONUCLEOTID.....	123
<b>SÜSSSTOFFE – GENUSS OHNE REUE?.....</b>	<b>124</b>
ERHÖHTES DIABETESRISIKO.....	125
„BEWÄHRTE MASTHILFE“.....	127
ERHÖHTES FRÜHGEBURTSRISIKO.....	128
HERZ-KREISLAUF-ERKRANKUNGEN.....	128
ACESULFAM.....	129
ASPARTAM.....	130
<i>Aspartam fördert verfrühte Pubertät.....</i>	<i>131</i>
<i>Die Aspartam-Krankheit.....</i>	<i>131</i>
<i>Leiden Sie unter Phenylketonurie?.....</i>	<i>133</i>
<i>Wer sagt, dass Aspartam Krebs fördert?.....</i>	<i>133</i>
<i>Neutrale Studien?.....</i>	<i>136</i>

<i>„Aspartam zerfällt in natürliche Bausteine“</i> .....	138
<i>Vom Unterstützer zum leidenschaftlichen Kritiker</i> .....	140
<i>Wissenschaftler fordern umfassende Untersuchungen</i> .....	143
<b>CYCLAMAT</b> .....	145
<b>SACCHARIN</b> .....	146
<b>SUCRALOSE</b> .....	148
<b>NEOTAM</b> .....	151
<b>ASPARTAM-ACESULFAMSALZ</b> .....	152
<b>ADVANTAM</b> .....	152
<b>THAUMATIN, NEOHESPERIDIN – UND STEVIA</b> .....	152
<b>UND NUN?</b> .....	154
<b>ZUCKER – OPIUM FÜRS VOLK</b> .....	155
<b>STÄRKER ALS KOKAIN?</b> .....	156
<b>KEINE REINE WILLESSACHE</b> .....	157
<b>DAS VERSTECKSPIEL MIT DEM ZUCKER</b> .....	158
<b>„ALTERNATIVE SÜSSUNGSMÖGLICHKEIT“</b> .....	161
<b>DIE BRANCHE VERBREITET „FAKTEN“</b> .....	161
<b>ARSEN UND SPITZENWERTE</b> .....	164
<b>MAN WEISS, DASS MAN NICHT VIEL WEISS</b> .....	165
<b>WERTLOSE WERTE UND FUNDE OHNE KONSEQUENZEN</b> .....	166
<b>BENZOL – KREBSERREGER MIT HÖCHSTWERTEN</b> .....	169
<b>WIE KOMMT DAS BENZOL INS GETRÄNK?</b> .....	170
<b>FREIBRIEF FÜR GETRÄNKEHERSTELLER</b> .....	171
<b>KORRESPONDENZ MIT BEHÖRDEN: ZÄHFLIESEND, ABER VIELSAGEND</b> .....	173
<b>SCHWERMETALLE UND RADIONUKLIDE – DA STRAHLT DER VERBRAUCHER</b> .....	175
<b>RADIUM (RADON): HOCH TOXISCH</b> .....	175
<b>URAN: BABYS NICHT AUSREICHEND GESCHÜTZT</b> .....	176
<b>VERBLÖDET DURCH BLEI?</b> .....	178
<b>ANTIMON DANK PLASTIKFLASCHE</b> .....	178

<b>KONSERVIERUNGSMITTEL – „OHNE“ HEISST NOCH LANGE NICHT OHNE.....</b>	<b>180</b>
. KOHLENSÄURE .....	180
PHOSPHORSÄURE: SAUER MACHT NICHT IMMER LUSTIG.....	182
<b>PESTIZIDE, HERBIZIDE – EINE HERBE ENTÄUSCHUNG .....</b>	<b>184</b>
GLYPHOSAT: ALLES HALB SO WILD? .....	186
<b>PLASTIK: DIE WELT AM RANDE DES KOLLAPS .....</b>	<b>188</b>
GETRÄNKE UND PLASTIK – HARMLOS ODER NICHT? .....	188
<i>Gefährliche Biofilme .....</i>	<i>189</i>
<i>Abbauprodukte in recycelten PET-Flaschen .....</i>	<i>190</i>
<i>Abfüllung: ein heißes Thema .....</i>	<i>190</i>
<i>Mineralwasser hormonell betrachtet wie Kläranlagenwasser .....</i>	<i>191</i>
<b>DIE MILCH MACHT'S? DIE LOBBY MACHT'S! .....</b>	<b>193</b>
WAS DIE MILCHWERBUNG VERSCHWEIGT .....	193
DIE DUNKLE SEITE DES WEISSEN SAFTES .....	194
VON NATUR KAUM NOCH EINE SPUR.....	196
GESUNDE KNOCHEN? .....	196
DIE LOBBY MACHT'S! .....	197
<b>MINERALWASSER, QUELLWASSER, TAFELWASSER.....</b>	<b>200</b>
FLUORID IST HARMLOS UND BEUGT KARIES VOR.	
UND DIE ERDE IST EINE SCHEIBE.....	201
FÄKALIEN & CO: SO LECKER IST FLASCHENWASSER .....	207
<b>SAFT, NEKTAR &amp; CO – DIE GROSSE VERARSCHEN .....</b>	<b>209</b>
SCHENKEN UNS DIE HERSTELLER REINEN SAFT EIN? .....	209
<i>Bis zum bitteren Ende .....</i>	<i>211</i>
<i>Der hohe Preis für billigen Saft .....</i>	<i>212</i>
INDUSTRIELLER ORANGENSAFT GESÜNDER ALS ORANGEN? .....	214
WIE GESUND SIND „GESUNDE GETRÄNKE“? .....	217
<i>Orangensaft, ACE-Drinks – sind sie wirklich so gesund? .....</i>	<i>218</i>
<i>Warum lesen wir so viel Widersprüchliches über Vitamine? .....</i>	<i>219</i>

<i>Wie wirken natürliche bzw. künstliche Vitamine?</i> .....	221
<i>Was leisten Sport- und Energy-Drinks?</i> .....	223
<i>Sind wir ausreichend mit Vitalstoffen versorgt?</i> .....	223
<i>Orthomolekulare Medizin? Was ist das?</i> .....	225
<b>ENERGY- UND SOFTDRINKS – ALLES ANDERE ALS SOFT</b> .....	<b>227</b>
WEICHE KINDERKNOCHEN .....	228
HERZPROBLEME .....	229
SCHNELLERE ALTERUNG .....	230
VERSTECKTE MUNTERMACHER? .....	231
LITAUEN VERBIETET, MEXIKO BESTEUERT, DIE SCHWEIZ „BEOBACHTET“ .....	231
<b>WAS SOLLEN WIR TRINKEN?</b> .....	<b>233</b>
KEIN WEG ZURÜCK .....	233
WAS WILL DER KÖRPER EIGENTLICH? .....	234
LEITUNGSWASSER: BEDENKENLOS TRINKEN ODER NICHT? .....	236
<i>Was ist noch drin im Leitungswasser?</i> .....	238
<i>Russisches Roulette</i> .....	240
FLASCHENWASSER KAUFEN? .....	241
WASSERAUFBEREITUNG ZUHAUSE .....	244
<i>Glaubenskriege um die Mineralien im Wasser</i> .....	245
<i>Aktivkohlefilter in Kannen</i> .....	246
<i>Umkehrosmose</i> .....	248
<i>Destillation</i> .....	251
<i>Carbon-Monoblock-Pressfilter</i> .....	253
<i>Aqualenfilter</i> .....	257
<i>Keimsperren</i> .....	258
UND WO SIND DIE BEWEISE? .....	259
<i>Kalk: Weil nicht sein kann, was nicht sein darf</i> .....	261
<i>Über den Tellerrand hinaus</i> .....	263
<i>Kann Wasser Informationen speichern?</i> .....	264

<b>WASSERVERWIRBELUNG</b> .....	267
<i>Durstige Zellen</i> .....	268
<i>Warum sind kleine Clustergrößen so wichtig?</i> .....	269
<i>Welchen Wirbler nehmen?</i> .....	270
<b>WASSER DURCH PROGRAMMIERTE STOFFE INFORMIEREN</b> .....	271
<b>QUANTENPHYSIK FÜR UNSEREN ALLTAG</b> .....	271
<b>ANDERE AUFBEREITUNGSVERFAHREN</b> .....	274
<b>GESUND ESSEN UND TRINKEN: EINE ESSSTÖRUNG!</b> .....	275
<b>WENIGE KONZERNE BEHERRSCHEN DEN MARKT</b> .....	278
<b>NACHWORT VON PETER FRICKE</b> .....	291
<b>ANHANG</b> .....	292
TTIP – DIE SCHLEICHENDE ENTSTAATLICHUNG DER „ALTEN WELT“.....	292
JEAN ZIEGLER: „WIR LASSEN SIE VERHUNGERN“.....	298
DER LANGE ARM DER INDUSTRIE.....	302
<b>WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN</b> .....	345
EMPFEHLENSWERTE LITERATUR.....	345
EMPFEHLENSWERTE FILME.....	346
WASSER, WASSERPRIVATISIERUNG & GLOBALISIERUNG.....	346
UMWELTFRAGEN.....	346
LOBBYISMUS.....	347
DEMOKRATIE, MEINUNGSBILDUNG.....	347
VERBRAUCHERINFORMATIONEN.....	347
BEHÖRDEN.....	348
<b>LITERATURNACHWEIS</b> .....	350
<b>KURZBIOGRAFIE &amp; KONTAKT</b> .....	361
<b>STICHWORTVERZEICHNIS</b> .....	362